



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA

**PERCEPCIÓN DE ESTUDIANTES RESPECTO A LA FELICIDAD EN LA
UNIVERSIDAD DE CUENCA.**

*Trabajo de titulación previo a la obtención del
Título de Licenciada en Psicología Educativa
En la especialización de Educación Temprana.*

AUTOR: Miriam Patricia Parra Parra

C.I: 0103805875

DIRECTORA: Dra. C. Isis Angélica Pernas Álvarez

CI: 0151640935

CUENCA – ECUADOR

2018



RESUMEN

El ser humano a través del tiempo ha aspirado alcanzar la felicidad, esta puede ser definida como un estado de plenitud del ser, que se traduce en paz interior, satisfacción personal, logro de metas. Estudios en estudiante universitarios sobre la felicidad han demostrado que la percepción de un estado de felicidad incide favorablemente en el desempeño académico y personal de los estudiantes. Es por esta razón que estudiar la percepción de la felicidad en estudiantes universitarios es el principal motivo de la presente investigación, la cual tuvo por objetivo describir la percepción de la felicidad que tienen los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. El enfoque es cualitativo, con un diseño de la investigación Fenomenológico de corte transversal y un alcance exploratorio. Los participantes fueron los estudiantes de las tres carreras de psicología de la Universidad de Cuenca; se trabajó con una muestra de 12 estudiantes de séptimo a decimo ciclo de las tres carreras: *Psicología Clínica, Educativa y Social* de la *Universidad de Cuenca*. Fueron entrevistados los representantes estudiantiles de cada ciclo -tres por cada ciclo-. Los estudiantes dan importancia a la seguridad personal y estado de equilibrio desde la plenitud interna, como piezas fundamentales para alcanzar la felicidad, relacionado, además, con las relaciones interpersonales, logros, éxitos, así como la posibilidad de tomar decisiones en libertad. La relación familiar fue considerada como soporte, valoración y aceptación. Las relaciones interpersonales son importantes como espacio de sociabilización.

Palabras claves: felicidad, satisfacción personal, estudiantes universitarios



ABSTRACT

The human being through time has aspired to achieve happiness, this can be defined as a state of fullness of being, which translates into inner peace, personal satisfaction, achievement of goals. University student studies on happiness have shown that the perception of a state of happiness has a favorable impact on the academic and personal performance of students. It is for this reason that studying the perception of happiness in university students is the main reason for the present investigation, which aimed to describe the perception of happiness that students of the Faculty of Psychology of the University of Cuenca have. The approach is qualitative, with a Phenomenological cross-sectional research design and an exploratory scope. The participants were the students of the three psychology careers of the University of Cuenca; we worked with a sample of 12 students from the seventh to the tenth cycle of the three careers: clinical, educational and social psychology of the University of Cuenca. The student representatives of each cycle were interviewed -three for each cycle-. Students give importance to personal security and a state of balance from inner plenitude, as fundamental pieces to achieve happiness, also related to interpersonal relationships, achievements, successes, as well as the possibility of making decisions in freedom. The family relationship was considered as support, assessment and acceptance. Interpersonal relationships are important as a space for socialization.

Keywords: happiness, personal satisfaction, university students



ÍNDICE DE CONTENIDO

RESUMEN	1
ABSTRACT	2
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	4
PROCESO METODOLÓGICO	12
<i>Categoría y sub-categorías a investigar</i>	13
<i>Instrumentos</i>	14
<i>Procedimiento</i>	14
<i>Procesamiento de datos</i>	15
<i>Aspectos éticos</i>	15
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	16
CONCLUSIONES	24
RECOMENDACIONES	25
REFERENCIAS	26



Cláusula de licencia y autorización parapublicación en el Repositorio Institucional

Yo, Miriam Patricia Parra Parra, en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Percepción de estudiantes respecto a la felicidad en la Universidad de Cuenca", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 20 Julio del 2018.

Miriam Patricia Parra Parra

C.I: 0103805875.



Cláusula de Propiedad Intelectual

Yo, Miriam Patricia Parra Parra, autor del trabajo de titulación "Percepción de estudiantes respecto a la felicidad en la Universidad de Cuenca", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor.

Cuenca, 20 Julio del 2018.

Miriam Patricia Parra Parra
C.I: 0103805875



FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La felicidad desde la psicología se comprende en dos perspectivas: la primera la conceptualiza como contenido y la segunda la define como proceso. En el primer caso se asocia a la calidad de vida desde la perspectiva de la cultura occidental, definiendo como dimensiones el logro de metas y objetivos que cada individuo se establezca, las cuales pueden estar relacionadas con los bienes, el nivel de ingresos económicos, o la percepción del individuo con respecto a su reconocimiento en sociedad. En cuanto a la segunda proposición dura toda la vida y dependerá de los logros perseguidos y la forma de obtenerlos (Pelechano, González, García, & Morán, 2016).

El estudio de la felicidad se fundamenta científicamente, razón por la cual es comprobable, a pesar de que es una dimensión psicológica difícil de definir y medir. Punset (2010) ha investigado sobre el concepto de felicidad y su relación con el cerebro, expresando que es un estado emocional que se activa en el sistema límbico que comprende estructuras como el tálamo, hipotálamo, hipocampo y la amígdala cerebral, y en donde el consciente participa escasamente.

La psicología moderna establece que las bases de la felicidad se originan de dos fuentes: el placer, por una parte, y el sentido que da a la vida un determinado compromiso. También este autor expone que en el mundo el desarrollo excesivo de los bienes materiales ha estado en contraposición a valores intangibles como el nivel de compromiso hacia el prójimo, la felicidad no depende del nivel de mantenimiento de la especie a partir de los bienes materiales, sino más bien de las relaciones y vinculación (Punset, 2010).

Por otro lado, la felicidad en diferentes lenguas se relaciona con la suerte, la fortuna o el destino. En inglés Happiness deriva de happ (fortuna), también proviene de happenstance que significa casualidad. En francés deriva de bonheur (bueno) y heur (suerte). En italiano, español y portugués se encuentra felicitá, felicidad y felicidade, las cuales derivan de felix (suerte, destino). Para Heródoto la felicidad es una característica de la vida completa, creerse feliz es una ilusión, ya que los dioses gobiernan (Texeira, 2013).

En la tradición judeo cristiana la felicidad está en otra vida y en la ilustración cambia este concepto cultural, asumiendo que se puede ser feliz aquí y ahora. De esta forma el común de los seres humanos inició la búsqueda de la felicidad sintiendo el derecho de alcanzarla y en la actualidad es considerada un derecho natural (Texeira, 2013).



Medrano en el 2014 (citado por Salazar et al., 2015) define la felicidad como un estado de ánimo que aflora cuando se ha logrado una meta, propicia paz interior, tranquilidad, al mismo tiempo que estimula iniciar nuevos caminos.

Ryan y Deci en el 2001 (citados por Ramírez, 2016), hacen referencia al bienestar subjetivo hedónico que está relacionada con sentirse bien, pero resulta de mayor importancia el bienestar eudemónico ya que se relaciona con la psicología positiva y este influye favorablemente la satisfacción.

En todo este sentir y vivenciar juegan un papel fundamental las emociones; estas surgen como respuestas simples desde la fisiología, y se exteriorizan por la persona ante los estímulos que afronta, pudiendo ser positivas y/o negativas. Las emociones positivas son parte del bienestar, que está relacionado con una adecuada integración del individuo en las áreas social, familiar, laboral y personal; la elevación de una emoción hace que un individuo se solidarice con la situación de otros e inspire a los demás; la fluidez, tiene que ver con el disfrute de lo que se realiza en un momento dado sintiendo gratificación; la resiliencia por su parte les permite a los seres humanos en situaciones adversas salir fortalecidos o transformados y, el humor es importante para generar emociones positivas, reír se relaciona con mejoras en el sistema cardiovascular, además que puede ayudar a afrontar situaciones adversas (Barragán & Cinthya, 2014).

Con respecto a las emociones negativas se incluye el miedo, la ansiedad, la ira, la tristeza, los cuales si se hacen cotidianos afectan la conciencia emocional y el estado de bienestar de las personas, a pesar de que son el resultado de procesos de adaptación si se intensifican pueden ser un problema (Viilanueva, Prado, González, & Montoya, 2014)

Existe una relación entre las fortalezas, el bienestar, la felicidad, la satisfacción vital, resiliencia y la salud mental, se evidencia que existe relación entre la fortaleza denominada bienestar psicológico y el bienestar subjetivo descrito como satisfacción vital o felicidad. Así los constructos como vitalidad, esperanza, amor, gratitud, trabajo en equipo o el humor son indicadores de un desarrollo saludable a largo plazo, influyendo en la resiliencia (Martínez & Ruch, 2017).

Las investigaciones recientes sugieren que las personas que tienen una perspectiva más positiva ante la vida tienen menos probabilidades de enfermarse, los estudios indican que las personas felices tienen más energía y experimenta menos estrés, preocupación, infelicidad, trauma y agotamiento, disfrutan de una mejor salud mental y física. y en



promedio viven de 8-12 años más, tienen una mejor intuición, inteligencia emocional, y tienden a ser más exitosos. Aquellas personas que tienen menos estrés son más felices (Ramírez, 2016).

Así mismo, es interesante agregar la idea de subjetividad, relevante en este tipo de constructo. Los seres humanos somos diferentes e individuales, por lo que cambia de uno a otro la forma de percibir y conceptualizar las cosas, su vida, relaciones, éxitos, entre otros.

En virtud de lo anterior la satisfacción vital es comprendida desde la perspectiva afectiva o emocional, resalta la importancia del balance entre afectos positivos y negativos; y desde el enfoque cognitivo en el que se focaliza evaluar la vida en general o algunos aspectos de la misma como la familia, salud, trabajo, tiempo libre.

Ahora bien, todos los seres humanos desean alcanzar la felicidad, y desde la psicología positiva se presentan estrategias que pueden contribuir a alcanzarla tales como: compartir con aquellos que tienden a expresar felicidad, aferrarse a los valores, aceptar lo bueno que sucede en la vida e inventariar hasta los más pequeños detalles, imaginar lo mejor, hacer las cosas que se aman, encontrar propósitos, escuchar la intuición, aceptar el cambio y estar abierto a este, disfrutar de las cosas sencillas que ofrece la vida (Ramírez, 2016).

El abordaje de la importancia del estudio de la felicidad ha tomado tal relevancia que desde hace varios años existe un curso en la Universidad de Harvard orientando a estudiantes y profesionales a encontrar mejores formas de vivir. El profesor de la mencionada cátedra Tal Ben Shahar, entiende la felicidad como una sensación de placer general, un estado de plenitud y equilibrio anhelado por todo ser humano, en el que se combina lo que se es, con lo que se tiene y lo que se desea ser. Explica que una persona feliz disfruta de emociones positivas, a la vez que percibe y experimenta su propia vida llena de significado. Completa que la felicidad no se limita a momentos particulares, es un sentir global de la vida, a pesar de que se experimenten momentos difíciles o dolorosos (Ribera, 2016).

El Programa Aulas Felices, es otro ejemplo de aplicación en los entornos educativos de la psicología positiva. Este programa ha sido desarrollado por cuatro docentes de diferentes niveles, el cual plantea aumentar los niveles de felicidad en los estudiantes, profesores y familias, para así potenciar el desarrollo personal y social; ha sido desarrollado para edades de 3 a 18 años, pero aplicable en adultos. Parte del modelo de bienestar de cinco componentes descrito por Seligman en el 2002 (Citado por Bisquerra y Hernández, 2017), en el que se incluye: -positive emotions (vida placentera), -engagement (vida



comprometida), -relationships (relaciones sociales), -meaning (vida significativa), -achievements (logros). Con este programa se ha demostrado que para ser feliz debe contarse con fortalezas personales y un estado de serenidad, con lo cual se podrá alcanzar bienestar general en la vida. Así, dicho bienestar no depende de las circunstancias externas, sino de cómo las experiencias son percibidas y afrontadas (Bisquerra & Hernández , 2017).

En un estudio realizado por Ayala y Tacuri (2015) refieren que la felicidad es entendida como un estado de bienestar integral, tanto físico como psicológico, y se pudiera agregar social, implica una serie de variables a considerar, las cuales son diferentes de una persona a otra y de un momento a otro.

Alvarado desarrolla una argumentación en torno al significado de la felicidad:

El término “felicidad” se utiliza de diferentes modos. Hay, en primer lugar, una amplia gama de usos lingüísticos en los que felicidad designa algo opuesto psicológicamente a la depresión. Se ha hecho referencia a que al término “felicidad” como algo poseedor de un carácter normativo, como la vida buena, esto es, la vida digna de ser vivida y bien vivida. Un espectro de concepciones de la felicidad la identifican con la vida buena, y una vida buena es el tipo de vida que uno debe vivir. (2016, p. 253)

El autor expone que:

En las concepciones externalistas, la felicidad esta está constituida por esta-dos, eventos u objetos que no dependen de la decisión voluntaria del sujeto. Por supuesto, alguien puede deliberadamente realizar acciones que conduzcan a la obtención de tales estados, eventos u objetos. La cuestión es que tales estados, eventos u objetos no son decisiones libres. Caen en esta categoría las teorías hedonistas en las que la felicidad es el mayor placer y el menor dolor. (Alvarado, 2016, p. 255)

Los anteriores conceptos se relacionan con la visión de la felicidad desde lo externo, pero también existen posturas en torno a lo interno del ser humano, en este sentido retomando a Alvarado (2016), plantea la siguiente definición:

Lo esencial para una posición internalista de la felicidad es que depende completamente del ejercicio de la propia libertad de la persona. La felicidad es algo que se encuentra dentro del alcance de su poder de decisión libre. Esto implica, por un lado, cierta accesibilidad de la felicidad desde la perspectiva de primera persona de cada uno. Implica, sin embargo, también cierta inaccesibilidad de la felicidad para todos quienes no tengan esa perspectiva de primera persona. Una concepción internalista no impide que existan ciertas circunstancias fuera del poder de decisión de una persona que sean necesarias para que la decisión libre pueda ser ejercida. (p. 255)



En cuanto a la relación entre felicidad y bienestar Bisquerra (2017), que es uno de los referentes contemporáneos en cuanto a investigaciones desarrolladas sobre el tema destaca que:

No es algo que se tiene o que no se tiene, sino algo que se trabaja: un proceso de construcción personal. El bienestar personal es, en buena parte, un estado emocional. Cuando experimentamos emociones como alegría, amor, humor o agradecimiento, estamos más cerca del bienestar emocional que cuando experimentamos ansiedad, estrés, tristeza, ira o rabia. (p. 59)

El concepto de felicidad ha sido estudiado desde diferentes puntos de vista con la población universitaria, más aún con estudiantes de psicología quienes constituyen una población particular para este tipo de constructo, siendo profesionales que deben comprender y trabajar el tema a profundidad en diferentes tipos de poblaciones y pacientes.

Son varios los estudios que se han realizado y se realizan, dada la importancia de potenciar este estado, esta competencia, en los seres humanos. Por ejemplo, un estudio realizado en México, para explorar las preocupaciones vitales en estudiantes universitarios relacionado con el bienestar psicológico y las modalidades de afrontamiento, arrojó que las preocupaciones más frecuentes correspondieron a problemas personales y temor al proceso de adaptación a la nueva etapa vital (Cornejo & Lucero, 2005).

Un estudio realizado en el año 2013 en Costa Rica, titulado *factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios desde el nivel socioeconómico*: plantea como objetivo realizar un análisis de los posibles factores asociados al rendimiento académico universitario, encontrando que el rendimiento académico es complejo y de múltiples causas ya que interactúan factores sociales, personales, institucionales-académicos, que pueden variar de una población a otra. En cuanto a los aspectos personales se debe considerar la autoestima, motivación y su relación con el entorno académico y la motivación (Garbanzo, 2013).

Otro realizado también en México en el 2016, titulado *bienestar psicológico, metas y rendimiento académico*, en el que se comparó la percepción de bienestar psicológico y metas establecidas, entre estudiantes de alto y bajo rendimiento académico, participando 230 estudiantes de educación superior, fueron utilizadas dos escala: la de bienestar psicológico y la versión modificada de las sub-escalas de orientación a la meta del cuestionario de estrategias de motivación para el aprendizaje. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las relaciones positivas, autoaceptación relacionada con la valoración de si



la cual influye en el desarrollo de habilidades autorreguladoras y organizativas, así como planes a futuro relacionado con tener metas claras, incrementándose el nivel de autoeficacia (Correa, Cuevas, & Villaseñor, 2016).

Otra investigación relacionada con el tema realizado en Perú, titulada *bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología*, tuvo por objetivo encontrar la relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Tarapoto, Perú. Utilizaron un diseño no experimental, descriptivo y correlacional participando 210 estudiantes de Psicología. Utilizaron como instrumento la escala de bienestar psicológico de Ryff de 39 ítems con 6 dimensiones: auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal siendo válido y confiable. Encontraron una relación directa y altamente significativa entre el bienestar psicológico y rendimiento académico (Carranza, Hernández, & Alhuay, 2017).

En Argentina en la ciudad de Buenos Aires se realizó un estudio titulado *satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires*, con el objetivo de explorar los niveles de bienestar en estudiantes universitarios. Los resultados obtenidos concluyeron que los jóvenes presentan niveles apropiados de satisfacción vital y bienestar psicológico (Zubieta & Delfino, 2010).

Por otra parte, un estudio realizado en Perú titulado *niveles de felicidad en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima*, reporta que el nivel predominante en los estudiantes es el normal con un 46.55%, mientras que el 16.38% tuvo un nivel inferior y el 9.48% nivel muy inferior (López, 2017).

En Ecuador, específicamente en la Universidad de Cuenca, se han realizado estudios que plantean el análisis de la percepción de la felicidad en estudiantes de psicología. En el año 2015, se realizó una investigación titulada *análisis del bienestar subjetivo en estudiantes universitarios*, donde se planteó estudiar esta variable en la carrera de psicología. Se obtuvo como resultado que a nivel general los alumnos de psicología tienen un estado de bienestar medio alto, siendo los cursantes del séptimo ciclo los que presentan niveles más altos (Ayala & Tacuri, 2015).

En el año 2017, fue desarrollado otro proyecto titulado *felicidad en estudiantes de la facultad de psicología en la Universidad de Cuenca*, que planteó hacer una sistematización de los niveles de felicidad. Se obtuvo como resultado que los estudiantes de forma general



tienen un estado de felicidad medio, sin embargo, los de psicología clínica percibieron un alto nivel de felicidad, y son los cursantes del tercer semestre los que tuvieron niveles más altos (Arias, Guamán, & López, 2017).

Como se puede observar en ambos trabajos (Ayala y Tacuri, 2015 y Arias, Guamán y López, 2017), resaltan en los resultados niveles medios de felicidad para la mayoría de los participantes, siendo específicamente estudiantes de la carrera de psicología. Así mismo se encuentran variaciones interesantes con respecto a los semestres y a las menciones de la carrera, por ejemplo, los estudiantes del tercer ciclo presentan mayores niveles de felicidad, igualmente los de psicología educativa en la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, Ecuador.

Por ende, el estudio sobre la felicidad y la percepción de esta por parte de los estudiantes universitarios de psicología objeto de la presente investigación, se constituye en un aporte al desarrollo del estado del arte, especialmente porque se plantea realizar el abordaje desde la investigación cualitativa ya que la investigación predominante se basa en investigaciones de corte cuantitativa, además se espera sentar las bases para implementar recomendaciones que puedan llevarse a cabo, destinadas a favorecer el desarrollo de los estudiantes desde las dimensiones que comprende el concepto de felicidad en su desenvolvimiento universitario y a futuro en su vida profesional.

A partir de la identificación del problema científico y su justificación, los aspectos evidenciados en las diferentes investigaciones y los constructos referidos en la aproximación teórica, la autora se realizó las siguientes *preguntas de investigación* ¿Cuál es la percepción que tienen los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca respecto a la felicidad? ¿Cuáles factores consideran los estudiantes de psicología que intervienen en la felicidad? ¿Cuál es la percepción respecto a los beneficios que tiene la felicidad en los estudiantes de psicología? ¿Cuáles son los factores que los estudiantes de psicología consideran influyentes en la consecución de la felicidad? ¿Cuáles son las estrategias que los estudiantes de psicología desarrollan para conseguir la felicidad en sus vidas?

Para responder estas interrogantes, se planteó como *objetivo general* describir la percepción de la felicidad que tienen los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. Como *objetivos* específicos explorar la percepción respecto a la felicidad que tienen los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, describir la percepción que tienen los estudiantes de psicología respecto a los



factores que intervienen en la consecución de la felicidad, explorar los factores que los estudiantes consideran complejizan el alcance de la felicidad, analizar la percepción respecto a los beneficios de la felicidad que tienen los estudiantes de psicología ,describir las herramientas con las que cuentan los estudiantes para acercarse al estado de felicidad, y para enfrentar las situaciones que la dificultan.



PROCESO METODOLÓGICO

El **enfoque** de la presente investigación es cualitativo, utilizando métodos ajustados a este tipo de investigación, la información fue recogida de los sujetos de la investigación y transcrita fidedignamente en relación a las variables exploradas, siendo procesada mediante categorías establecidas. El **diseño** de la investigación es de tipo fenomenológico, ya que no se formulan juicios de cualquier clase que conciernan a la realidad objetiva, sus enunciados fueron válidos en un tiempo y en un espacio específico, reflejando el fenómeno como se presenta en su contexto natural (Guerrero & Ojeda, 2015). Es una investigación transversal ya que la información fue recogida en un solo momento, observando el fenómeno en su entorno natural a fin de analizarlo. El **alcance** es exploratorio, ya que se receptaron ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio con el fin de indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas, además de ser un tema poco estudiado y novedoso (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

Participantes

El estudio consideró como participantes a los estudiantes de las tres carreras de psicología de la Universidad de Cuenca; se trabajó con una muestra de 12 estudiantes de séptimo a decimo ciclo de las tres carreras: *Psicología Clínica, Educativa y Social* de la *Universidad de Cuenca*, durante el período de marzo a agosto de 2018. Fueron entrevistados los representantes estudiantiles de cada ciclo (cuatro por cada ciclo). El tipo de muestreo es por referencia, debido a que se trabajará con los representantes de los estudiantes, que en principio son conocedores a groso modo de las inquietudes, necesidades, e intereses de sus compañeros de salón.

La investigadora decidió trabajar con esta población, dado que pueden aportar la información necesaria ajustándose a los criterios de inclusión definidos que son: los estudiantes matriculados en las tres carreras de la Facultad de Psicología en los ciclos de séptimo a decimo inscritos en el período enero-marzo 2018, representantes estudiantiles del curso de las tres carreras, ocupando el rol de presidente, vicepresidente o secretario, además de ser estudiante con calificaciones promedio. En la Tabla 1 se detallan las características de los participantes. Como *criterios de exclusión se establecieron*: a los estudiantes de los cursos de actualización y sujetos que no firmen el consentimiento informado.



Tabla 1.

Detalle de las características de los participantes

Pseudónimo	Ciclos	Sexo	Carrera Psicología Clínica	Carrera Psicología Educativa	Carrera Psicología Social
E01	7mo	M	(P4)		
E02	7mo	F		(P11)	
E03	7mo	M			(P6)
E04	8vo	F	(P12)		
E05	8vo	M		(P10)	
E06	8vo	F			(P7)
E07	9no	M	(P9)		
E08	9no	F		(P2)	
E09	9no	M			(P3)
E10	10mo	F	(P5)		
E11	10mo	F		(P8)	
E12	10mo	M			(P1)

Fuente. Elaboración personal, Parra 2018, en base a los datos obtenidos. Significado de E_n, es la sigla de la estudiante asignada, según el ciclo al que pertenece. Cada uno de los referidos constituyen los participantes y aportaron a la recopilación de la información para el proceso investigativo.

Es un muestreo *no probabilístico por conveniencia* mediante el cual se selecciona a los participantes en función de los criterios establecidos por la autora con miras a dar cumplimiento a los objetivos de la investigación y a los criterios de inclusión definidos en el momento en que se realizó la recolección de datos, cumpliendo con los requerimientos de inclusión establecidos para esta investigación.

Categoría y sub-categorías a investigar

Categoría felicidad: la felicidad desde la psicología se comprende en dos perspectivas: la primera la conceptualiza como contenido y la segunda la define como proceso. En el primer caso se asocia a la calidad de vida desde la perspectiva de la cultura occidental, definiendo como dimensiones el logro de metas y objetivos que cada individuo se establezca las cuales puedes estar relacionado con los bienes, el nivel de ingresos económicos, o la percepción del individuo con respecto a su reconocimiento en sociedad. En cuanto a la segunda proposición dura toda la vida y dependerá de los logros perseguidos y la forma de obtenerlos (Pelechano, González, García, & Morán, 2016).



Sub-categoría calidad de vida: se explora la asociación de los estudiantes entre felicidad y calidad de vida entendida desde acceso a bienes materiales y el nivel de ingresos. Se considera la pertenencia a clases sociales y el nivel de ingreso.

Sub-categoría visualización de la felicidad: se indaga sobre la percepción de felicidad desde la realización personal, el establecimiento de vínculos y el propósito de vida. Se consideran las relaciones interpersonales, logros y éxitos, compromiso por el bien común, propósito en la vida.

Instrumentos

Para la recolección, procesamiento, fundamentación y presentación de la información se empleó una entrevista en profundidad mediante la cual la investigadora se aproximó directamente a los informantes, buscando comprender la perspectiva que poseen en relación a la felicidad; la duración de las entrevistas estuvo entre 30 y 45 minutos, las mismas fueron grabadas y luego transcritas. Para garantizar la confiabilidad de los entrevistados fueron denominados con seudónimos en el análisis de la información. Las entrevistas fueron direccionadas a partir de un guion de entrevista de preguntas abiertas, las cuales estuvieron relacionadas con el marco teórico, siendo por lo tanto una entrevista semi-estructurada, cuyo guión se puede apreciar en el Anexo 1.

Procedimiento

En primera instancia, se estableció el contacto con un representante de la institución para comentar la intención de la investigación y pedir formalmente la autorización para ingresar a la misma, hacer uso de las instalaciones, recopilar información y procesarla, autorización otorgada por las autoridades de la institución. Posterior a esto se realizó la socialización de los objetivos del presente trabajo con los estudiantes, explicando sobre la confiabilidad del estudio; obteniendo así, el consentimiento informado de los participantes. Posteriormente se recolectó la información individualmente con cada uno de los sujetos participantes. Las entrevistas fueron grabadas, además de acompañar con una libreta de campo para registrar elementos claves que surgieran durante la entrevista y que aportara a la investigación. Para el análisis e interpretación de las entrevistas se hizo un análisis de contenido, mediante el cual se describe la realidad a fin de establecer inferencias de forma sistemática, además es posible analizar los rasgos psicológicos de los individuos. Fue realizada la matriz categorial a fin de asociar el discurso de los informantes con las categorías y subcategorías definidas, basadas en el marco teórico.



Procesamiento de datos

La información recabada durante el momento de la aplicación de la entrevista fue transcrita a un documento Word, teniendo en cuenta el detallar toda la información, sin omitir algún tipo de información que fuera relevante. Mediante la utilización del programa Atlas ti fueron ordenados los datos cualitativos a fin de establecer las relaciones existentes en el discurso de los informantes, definiendo redes de complejidad, y desde una perspectiva inductiva, se identificó las categorías que emergieran para luego contrastarlas con el marco teórico representadas a partir de los diagramas que son generados mediante el programa. De esta forma se identificaron los hallazgos para generar el proceso reflexivo y elaboración de resultados.

Aspectos éticos

En cumplimiento a la ética según la APA 6ta edición (2016) que se sigue en las investigaciones, en primer lugar, se contactó con las autoridades de la Universidad de Cuenca para que diera su apertura a la realización del trabajo final de titulación. Luego se aplicó el modelo de consentimiento informado a los estudiantes (Anexo 2), en el que se detalla que la información obtenida será utilizada únicamente con fines académicos, manteniendo la confidencialidad de los datos proporcionados y en relación a los resultados obtenidos. Es importante mencionar que los resultados fueron socializados con la institución participante.



PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

A través de la recolección de datos aplicando la entrevista diseñada, se ha logrado desarrollar un diagrama de los códigos de las palabras y contextos claves de dicha información; la representación puede visualizarse de manera sintetizada en la figura 1. (Anexo 3), donde se pueden observar además de las categorías y subcategorías fundamentales de este estudio -felicidad, calidad de vida y visualización de la felicidad respectivamente-, algunas *categorías emergentes* como: seguridad personal, equilibrio, relajación, salud física, armonía social, asimilar su entorno, integración social, amistades, pareja, relaciones familiares, apoyo moral, comunicación, optimismo, logros académicos y adaptación, entre otras.

Los hallazgos más relevantes se refieren en este acápite; vale destacar que el elemento sobresaliente como categoría emergente es la seguridad personal, esto se debe a que los entrevistados expresan una clara tendencia hacia la plenitud interna del individuo, como característica clave en la obtención de la felicidad. Con una detección de 52 veces, la seguridad personal se convierte en la base central de la entrevista. En el dialogo de los entrevistados se expresa esa perspectiva; seguido de la categoría emergente clave equilibrio, con 47 ocurrencias, donde los entrevistados expresan nuevamente a la felicidad principalmente como una cualidad que nace principalmente en el ser individual de cada persona y que se refuerza exponencialmente con un crecimiento dependiente de los factores externos; las cuales se expresan de la siguiente manera.

“Primero estar en paz conmigo mismo tener un orden en mi vida ponerme actividades darle un tiempo para todo...” E6

“...relacionarse con los demás conseguir nuestros deseos, ser un poco autónomos tener libertad escoger lo que uno quiere” E2

La dimensión de seguridad y estado de equilibrio se relacionan con la plenitud interna, para este grupo de estudiantes son soporte para el bienestar su propia interioridad y lo asocian además con las relaciones interpersonales que establecen, los logros producto del trabajo que desarrollan y producto de su constancia logran alcanzar el éxito. Es importante las decisiones que toman y consideran que ser solidario fortalece también su sensación de bienestar.

Las percepciones recogidas según la categoría felicidad y las subcategorías calidad de vida y visualización de la felicidad, se detallan a continuación. Según la **categoría felicidad**, se recolectaron las siguientes opiniones.



Siendo el tema y la categoría principal de la entrevista la felicidad, ésta es detectada 32 veces entre los documentos analizados, su alta presencia no debe ser ajena al análisis debido a que, con el solo hecho de decirlo, cada entrevistado demuestra la pertenencia de la misma. Todos los entrevistados expresaron sus vivencias y motivos de su felicidad basados en sus experiencias, donde para éste, código se puede determinar que cada entrevistada conserva un concepto para obtener la felicidad basados en la obtención de logros puntuales determinados en otros códigos.

“...que las personas que son felices son las personas que se pueden confiar no se le notan que son amargadas con la vida...” E1

“...al tener control puedo buscar felicidad disfrutarla cuando tengo y sobre todo aceptarla el hecho que no es algo quizás como una euforia permanente sino saber apreciar los momentos que se tiene” E4

Los informantes claves tienen coincidencias en relación a la definición de felicidad, está implícita la complejidad y la vinculan con un estado de bienestar intrínseco del individuo, este estado le permite afrontar las problemáticas y desenvolverse en el entorno. El bienestar permite además mantener una armonía con el entorno.

El siguiente aspecto que es tomado en cuenta en la mayoría de los entrevistados es el factor adverso, el cual fue detectado en 31 oportunidades, representa la aparición de una condición negativa hacia el bienestar de los individuos por afectar a su seguridad personal. En este código resaltaron los desánimos y sentimientos que afectan a la felicidad individual, también se presentaron casos donde los retos profesionales y académicos se convierten en una experiencia adversa. Algunos ejemplos de este aspecto son:

“A veces el desorden que tengo en mis actividades me turba a veces el dejar las cosas para último momento o el tener demasiadas cosas que hacer me desesperan me estresan...” E6

“Yo creo que muchas veces influye el ambiente la sociedad te limita para poder conseguir lo que tú te planteas es una cultura egoísta donde nos celebran los logros por miedo a que todo te salga mal” E9

“Yo creo que muchas veces influye el ambiente la sociedad te limita para poder conseguir lo que tú te planteas es una cultura egoísta donde nos celebran los logros por miedo a que todo te salga mal” E7

Para resguardar la presencia de la felicidad, cada persona establece un conjunto de planes y actividades cuyo objetivo es el de su cumplimiento total, éste enfoque permite la aparición del progreso de cada entrevistado como un código que pro a la felicidad. Todos en particular



indican que algunos logros a largo plazo como los estudios tratados con un progreso continuo pueden generar una gran cantidad de felicidad.

Respecto a la subcategoría Calidad de Vida se recopilaron las siguientes opiniones:

“...hay que poner bastante en práctica el hecho de que si a uno no le gusta algo está en todo su derecho de moverse de irse de algún lugar...” E3

“Creo que primero que hago identificar básicamente cual es el problema por el cual no puedo conseguir el estado de felicidad entonces cuando discrimino que es lo que está pasando también busco la causa y por ende cuando encuentro la causa busco como modificar yo misma...” E12

“Pues generalmente que se diga una persona trato de conversarlo si se liga al trabajo conversar con los jefes si se liga o sea así y si tiene algo más con situaciones que no puedo cambiar trato de ver las formas para que no sea tan pesado” E5

Seguidamente y con 27 apariciones se pudo identificar que la armonía social formula una parte importante en la felicidad de los entrevistados al declarar que, no sólo con ser aceptado en un grupo social de su entorno sino también que su presencia en éste pueda ser útil y constituirse como una persona de dicho entorno. Algunas de las palabras de los entrevistados son:

“...buenas relaciones al menos en mi vida social tratar de estar tranquila con los demás...” E2

“...éstas construcciones sociales percepciones cogniciones sociales estos procesos de identidad e o inclusive de las emociones sociales me han ayudado a construir el deber ser...” E10

“...el bienestar consigo mismo bienestar con los demás las demás personas el apoyo social también los factores económicos que permiten desarrollarnos como personas...” E6

En el entorno universitario también la presencia de los amigos es de vital importancia, ya que la expresión de cada entrevistado es que la felicidad se aprecia cuando se cuenta con las amistades, en algunos casos cuando han sido reemplazadas por nuevas relaciones. Este código también posee otras relaciones con otros ya que la amistad presenta un apoyo moral y también un progreso socioemocional. Entre las 26 ocurrencias de este código se tienen los siguientes:

“...se crea mucha tensión también se rompe relaciones con compañeros por el mismo tipo de percepciones...” E1

“...también he logrado consolidarme como persona tomar ciertas posturas frente a la vida consolidar amistades de algunos años y eso es lo que me hace feliz ahora” E5



“Actualmente con los que cuento son yo mismo mi familia mis amigos...” E7

En todos los entrevistados también se pudo identificar un código común, la experimentación de la felicidad que fue identificada 21 veces, con este código se logra apreciar que cada individuo requiere de la existencia vivida de la felicidad a través de una convivencia social o en solitario que les permita obtener el momento lleno de felicidad y de todos los buenos momentos que lo complementan, entre varias citas se tienen las siguientes:

“...sentirnos felices creo que esta construcción social de felicidad también nuestras experiencias personales lo que en nuestra cotidianidad...” E10

“...buscar felicidad disfrutarla cuando tengo y sobre todo aceptarla el hecho que no es algo quizás como una euforia permanente sino saber apreciar los momentos que se tiene...” E4

“...cuando he viajado me he comprado algo que me guste y uno puede ser feliz hasta con simples cosas...” E12

Hay que tomar en cuenta que la felicidad abarca mucho más que un estado emocional, está en relación también con un estado físico que, según la expresión saludable del mismo la persona podrá enfocarse a disfrutar la felicidad del momento, por lo tanto, el equilibrio de salud del cuerpo de toda persona permite que se mantenga la concentración de cada experiencia y del disfrute de su entorno. Éste código se detectó en 19 oportunidades, algunos ejemplos de ellos son:

“...esta situación se acompaña de reacciones físicas pues esta sensación que nos hace sentir es algo netamente sentimental” E5

“...yo he tomado para mi equilibrio e incluso yo uso cosas que muchas personas pueden pensar que no aporten a la felicidad como cuidar de mi salud de mi cuerpo...” E10

“Muchas veces problemas físicos problemas sociales dificultades...” E6

Otro de los códigos que se logra identificar en las encuestas, destaca el apoyo moral, éste elemento presenta una gran relación con el entorno familiar y las amistades, esto se debe a que ambos conforman el entorno social que necesita el individuo, pero con el enfoque que permite fortalecer la seguridad del mismo o incluso la toma de una decisión acertada. Este código se registró 19 veces, por ejemplo:

“...que no nos permite alcanzar el estado de bienestar, y siempre es importante buscar ayuda y apoyarnos en las demás personas” E1

“...porque somos seres sociales entonces en frecuente contacto e interacción eso nos ayuda bastante porque el interactuar con otras personas...” E3



“La felicidad puede ser un estado temporal o permanente que experimentamos lo seres humanos al cumplir alguna meta” E7

“...me llena de satisfacción de felicidades es muy lindo tener el apoyo...” E10

Para poder abarcar aquellos factores que cada individuo expresa que contribuye con la formación y presencia de la felicidad, se determina el código estructura de la felicidad, a partir de esta referencia se pueden identificar diversos elementos, factores y casos que los entrevistados relacionan con otros códigos y que a su vez representan la red formadas por dichos códigos. Ése elemento fue citado 17 veces en las entrevistas, los siguientes son unos ejemplos:

“creo que esta lo bienestar y satisfacción cuando haces lo que te gusta cuando tal vez podemos hablar de lo económico sin tener mucho poder, satisfacer nuestras necesidades básicas...” E 9

“Yo pienso que está integrado por factores o aspectos internos como externos...” E4

“Mucha autonomía, decidir mis cosas que quiero y no quiero hacer la libertad coger lo que me parece bien y sobre todo el amor propio me hace feliz a mi” E2

De acuerdo a la sub categoría visualización de la felicidad las opiniones y análisis fueron las siguientes:

“Siempre pienso que hay solución para todo, entonces el buscar estas mismas estrategias métodos soluciones depende de cada uno...” E3

“Puede ser sentirse bien consigo misma, ya que vez la manera positiva de percibir los eventos, no te estancas, puedes afrontar los conflictos...” E9

“...me da las ganas de seguir luchando o sensación de bienestar.” E11

La relación familiar aparece como el tercer código con mayor ocurrencia con 39 detecciones, a partir de este punto aparecen remarcados los factores externos siendo este el fundamental. Con esto se puede visualizar la aparición de un factor muy común en la sociedad, siendo una base de precedente humano, la familia juega un papel de alta importancia en la felicidad de cada ser, todos dependen de una familia y del amor intercambiado con ellos.

“Actualmente con los que cuento son yo mismo mi familia mis amigos son los como explique anterior son los que integran a que apoyen a que yo sea feliz y me regalan ese momento de felicidad.” E7

“...que básicamente integran de cierto modo la felicidad son las áreas como la académica que me va bien la familiar y la social creo que eso integran mi felicidad” E12



“...con mi compañera mis amigas mi familia mi mascota e incluso también en soledad cuando veo algo chistoso que pasa en situaciones así cuando percibo una meta” E5

Desde el punto del desarrollo socio-cognitivo, el ser humano tiene sus primeros referentes en el núcleo familiar y es en este entorno donde se construye las bases de la emocionalidad del individuo. Esta relación se mantiene a lo largo del desarrollo de la vida del entrevistado y se hace evidente en esta investigación, ya que en el espacio universitario el individuo reconoce que el vínculo familiar es fundamental. Luego aflora la relación con sus padres, amigos, es decir las relaciones interpersonales son parte del bienestar y de la percepción de felicidad en el ser humano.

Seguidamente y con 37 ocurrencias, aparece la integración social, para comprender este código se debe recordar que el ser humano es un individuo plenamente social, necesita del contacto social para completar la estructura formada por su personalidad y seguridad conductual. Al presentarse con un alto índice de incidencia, la integración social demuestra la necesidad de los entrevistados a pertenecer a un círculo social, donde cohabita libremente con sus deberes y derechos de la comunidad.

“...con el cuerpo con el ambiente con las personas porque realmente a veces nuestro estado anímico lo cambia el vector depende obviamente no basándose uno mismo, pero también hay factores que detonan.” E3

“...algún momento se resuelven tratando de llevarme bien con las personas que me rodean y también rodeándome de personas buenas” E8

“...por contagiar de felicidad a las personas que te rodean de esta calma o satisfacción no puede beneficiarte solo ti sino a tu medio...” E10

También se identificó durante 17 veces al código marcado como retos, con esto se logra señalar que los entrevistados relacionan el alcance de un logro propuesto con la felicidad generada, del mismo modo que el logro no alcanzado con un factor negativo. Los retos que expresaron los entrevistados abarcan proyectos académicos, laborales e incluso personales. Los siguientes son ejemplos de este código:

“...he tratado de hacer lo que yo me he propuesto y culminarlo...” E1

“...es una cultura egoísta donde nos celebran los logros por miedo a que todo te salga mal” E9

A todos aquellos elementos y situaciones que generan un sentimiento de felicidad en el entrevistado se le considera con el código origen de la felicidad. Entre las diversas entrevistas se detectaron indicaciones como actividades relajantes, viajes, la presencia de



familiares y amigos, entre otras, todas estas situaciones pueden ser algunos de los generadores de la felicidad, unos ejemplos son:

“Internamente pienso que pensamientos positivos, buena actitud, un poco más de resiliencia y factores externos como mi familia, mis amigos y personas cercanas” E8

“Yo diría mi familia ellos son mi soporte y mi fuente de felicidad en parte claro por qué también tengo mi pareja que me apoya muchísimo que compartimos momentos agradables que aporta a mi felicidad...” E4

“Actualmente con los que cuento son yo mismo mi familia mis amigos son los como explique anterior son los que integran a que apoyen a que yo sea feliz y me regalan ese momento de felicidad” E7

Entre todos los códigos generados de las entrevistas, en 14 oportunidades se logra identificar la realización de actividades, de este código se puede visualizar que cada individuo posee un conjunto de acciones que permiten retomar su tranquilidad personal, desde tomar un café hasta la realización de un viaje como puede ser apreciado en los ejemplos:

“...son más intensos lo experimento cuando logro cosas que yo me propongo o pasan cosas que me gustan en respecto a mis aficiones o gustos personales” E3

“...también leer novelas es lo que disfruto bastante de la lectura igual me gustan películas sino simplemente descubrir estas cosas que me gustan hacer...” E10

“...viajar muchas cosas interesantes que me llaman la atención” E2

Entre los códigos que se han seleccionados, el factor académico representa un elemento importante y determinante para el logro de la felicidad de los entrevistados, éste elemento representa mucho para dichas personas debido a que son estudiantes de la universidad y se encuentran bajo un régimen de estudio que define su vida diaria como un reto a cumplir. Entre los ejemplos, se pueden exponer los siguientes:

“...estoy alcanzando algunas metas que me propuse hace años, finalizando la carrera tengo la oportunidad de aplicar los conocimientos...” E5

“...yo trato de poner ciertos límites entre mi vida académica y mi vida personal hay veces que estoy con mi familia...” E1

“...la universidad o trabajos deberes esas me llenan de actividades que en parte o más bien algunas no disfruto del todo...” E4

Durante el análisis se determinaron un total de 37 códigos donde se logran visualizar otros elementos que resaltan entre los entrevistados. Dentro de estos códigos se identificaron factores asociados a emociones negativas que afectan el bienestar destacando: el miedo, la



saturación y el desorden, además de la comunicación, la pareja y el factor económico. La saturación conduce a generar estrés y al no poder cumplir las demandas académicas esto genera frustración en algunos de los informantes.

Lo anterior pone en evidencia la importancia de brindar y dar acompañamiento a través de la orientación oportuna a los estudiantes en el periodo final de culminación de la carrera ya que es en esta fase cuando son mayores las demandas y muchas veces al no poder procesar las emociones pueden tender a que no culminen exitosamente su meta académica.



CONCLUSIONES

Al describir la percepción de la felicidad que tienen los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, de las carreras de Psicología Clínica, Psicología Educativa y Psicología Social, se concluye que ésta es conceptualizada como contenido, resultado y como proceso; además la investigación permitió identificar la identificación que tienen los participantes entre el constructo principal y las sub-categorías establecidas, destacando que la felicidad es importante, necesaria para el ser humano y que es multidimensional y multifactorial.

Para los informantes claves la seguridad personal y estado de equilibrio desde la plenitud interna, son pilares fundamentales para alcanzar la felicidad, por lo que es el proceso y la visualización de la felicidad un componente determinante, estando a su vez relacionado con las relaciones interpersonales, logros y éxitos, la posibilidad de tomar decisiones en libertad y la solidaridad que se comparte en los entornos sociales.

Siendo la familia el espacio de socialización primario para el ser humano, emerge la relación familiar como base y estructura para forjar seres humanos que emocionalmente y relacionalmente se sienten valorados, aceptados y establecen vínculos afectivos basados en el respeto y el amor; para los participantes es fundamental para generar estados de felicidad compartidos.

Existen factores adversos que pueden limitar al individuo sentir un estado de plenitud asociado a la felicidad, en este sentido, el miedo, la tristeza, el estrés, la falta de planificación y el desorden, son elementos que los estudiantes consideraron que limitan alcanzar estados de felicidad.

El factor académico fue evidente en el discurso de los informantes como un elemento que asocian a alcanzar estados de felicidad, en ese sentido dos elementos afloran, la pasión académica y los logros académicos, considerando que la investigación está centrada en un entorno educativo universitarios, la satisfacción por el alcance de metas en el ámbito universitario forma parte de elementos que desde la complejidad contribuye a que sientan que alcanzan estados de felicidad producto de la actividad que desempeñan.

A un nivel de socialización los participantes consideraron que la integración social es importante para el ser humano como parte de la felicidad, de allí que ser parte de un círculo social les permite sentirse parte y libremente actuar en estos. En este punto se evidencia que



el individuo se desarrolla en el primer nivel de participación organizacional que es la familia y progresivamente se traslada a otro nivel organizativo entre grupos, en el que puede compartir sus intereses y establecer vínculos afectivos.

La complejización de la felicidad viene dada por dimensiones que fueron identificadas al realizar el análisis de las entrevistas, destacando elementos internos del ser como: la fé, el estado de equilibrio, la capacidad de adaptación, el optimismo, la posibilidad de establecerse retos y lograr superarlos. Otros factores externos que emergieron y dan soporte a ese estado de felicidad son la experimentación, el apoyo moral, la sensación de progreso y los beneficios que le reporta. El factor económico es considerado como un eslabón de la felicidad, en este sentido está asociado a la sub-categoría de cómo ellos la visualizan.

Para acercarse al estado de felicidad los estudiantes utilizan como herramientas el equilibrio interno, volaran las relaciones familiares como base para afrontar las dificultades, cultivan la amistad como un elemento de soporte emocional, establecen planes y actividades que les conduce al logro de objetivos, en conjunto cada uno de estos elementos se constituyen en herramientas que contribuyen a reportar estados de felicidad.

RECOMENDACIONES

Dado que la sensación de felicidad en los estudiantes universitarios favorece su desempeño académico en el logro de metas y en las relaciones interpersonales que establece se recomienda:

Continuar profundizando la investigación del tema desde el enfoque cualitativo por la importancia que reviste el tema de investigación.

Hacer extensiva la investigación e involucrar a otras carreras e instituciones con la finalidad de dar el nivel de importancia que reviste el tratamiento de la felicidad desde la perspectiva integral del desarrollo del ser humano.

Favorecer en los espacios educativos talleres y encuentros para abordar el tema de la felicidad y su importancia en el desarrollo académico de los estudiantes.

Generar espacios formativos que involucre a los docentes y directivos de la institución a fin de sensibilizarlos en torno a la importancia de apoyar a los estudiantes diseñando estrategias que contribuyan a incrementar la percepción de estos en relación a la felicidad y



en aquellos casos donde se identifique que requieren apoyo psicológico la institución pueda brindarlo.

REFERENCIAS

- Alvarado, J. (2016). ¿Derecho a la felicidad? *Dikaion*, 25(2), 243-265. Obtenido de <http://www.redalyc.org/html/720/72048894005/index.html>
- Arias, M., & Guamán, A. (2017). *Felicidad en estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca*. Universidad de Cuenca, Ecuador. Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/27796>
- Arias, M., Guamán, A., & López, C. (2017). *Felicidad en estudiantes de la facultad de psicología en la universidad de Cuenca*. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca. Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/27796>
- Ayala, M., & Tacuri, R. (2015). *Análisis del bienestar subjetivo en estudiantes universitarios*. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca. Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/23373>
- Barragán, A., & Cinthya, M. (2014). Psicología de las Emociones Positivas, Generalidades y Beneficios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 103-118. Ene.-Jun. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29232614006.pdf>
- Bisquerra, A., & Hernández, P. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del Psicólogo*, 38(1), 58-65. Obtenido de <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=77849972006>
- Bisquerra, R. H. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el Programa Aula Felices. *Papeles del Psicólogo*, 38(1). Obtenido de <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2822.pdf>
- Carranza, R., Hernández, R., & Alhuay, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista institucional de investigación en Ciencias Sociales*, 13(2), 133-146. Dic. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6246945>
- Cornejo, M., & Lucero, M. (2005). Preocupaciones vitales en estudiantes universitarios relacionado con bienestar psicológico y modalidades de afrontamiento. *Fundamentos en Humanidades, San Luis, Argentina VI*(12), 143-153. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/184/18412608.pdf>
- Correa, A., Cuevas, M., & Villaseñor, M. (2016). Bienestar Psicológico, metas y rendimiento académico. *Vertientes, revista especializada en ciencias de la salud*, 19(1), 29-34. Obtenido de <http://www.medigraphic.com/pdfs/vertientes/vre-2016/vre161d.pdf>
- Garbanzo, G. (2013). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios desde el nivel socioeconómico: Un estudio en la Universidad de



- Costa Rica. *Educare*, 17(3), 57-87. Sept.- Dic. Obtenido de <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/5258/5448>
- Guerrero, R., & Ojeda, M. G. (2015). La fenomenología y su uso en la producción científica. *Ra Ximhai*, 11(2), 193-206. Jul-Dic. Obtenido de redalyc: <http://www.redalyc.org/pdf/461/46143101012.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. Distrito Federal, México D.F., México: Mc Graw Hill. Recuperado el 12 de abril de 2018, de https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf
- Martínez, M., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *Journal of Positives Psychology*, 12, 110-119. Obtenido de <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2016.1163403>
- Pelechano, V., González, L., García, L., & Morán, C. (2016). Sabiduría y Felicidad. *Revista Argentina de Clinica Psicológica*, XXV(2), 203-210. Obtenido de <http://www.redalyc.org/html/2819/281946990011/>
- Punset, E. (2010). *El Viaje a la Felicidad*. España: Grupo Planeta.
- Ramírez, C. (2016). Construir ante la adversidad. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 9(3), 1-3. Sep-Dic. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271049095001>
- Ribera, X. (2016). El profesor de felicidad. *La vanguardia*, págs. 1-. 6 de marzo 2016. Obtenido de <http://www.lavanguardia.com/gente/20160305/40204891764/tal-ben-shahar-profesor-felicidad-universidad-harvard.html>
- Rodriguez, D., & Valldeoriola, J. (2009). *Metodología de la Investigación*. Universidad Abierta de Catalunya.
- Salazar, J., Lachuma, Ú., & Flores, I. (2015). Felicidad: un estudio comparativo en estudiantes universitarios de Psicología y Administración de una Universidad Privada de Tarapoto. *Revista de Investigación Apuntes Psicológicos*, 1(1), 21-29. Obtenido de https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/ri_apsicologia/article/download/872/840
- Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mexico D.F.: Mc Graw Hill.
- Texeira, J. (2013). *Don't worry, be happy. La felicidad: fragmento de una idea*. México D.F, México: Universidad Intercontinental. Obtenido de <http://www.biblioteca.uic.edu.mx/Revistas/forouic/UIC27.pdf>
- Viilanueva, L., Prado, V., González, R., & Montoya, I. (2014). Conciencia emocional, estados de ánimo e indicadores de ajuste individual y social. *Anales de Psicología*, 30(2), 772-780. May. Obtenido de



<http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/120600/63011.pdf?sequence=1>



ANEXOS

ANEXO 1. ENTREVISTA A PROFUNDIDAD

Percepción de estudiantes de psicología respecto a la felicidad en una Universidad de Cuenca

Consigna. Somos estudiantes de la carrera de psicología educativa, estamos realizando una investigación titulada: Percepción de estudiantes universitarios respecto a la felicidad en la Universidad de Cuenca, siendo esta el trabajo final de titulación.

A continuación, te formularé una serie de preguntas con respecto a la felicidad y tu percepción del constructo, por favor responde lo más cercano posible a tu realidad, y de forma honesta. Yo voy a grabar la conversación, y tomar notas de los aspectos que considere más relevantes. Muchas Gracias.

1. ¿Qué entiendes tú por felicidad? **(Sub-categoría calidad de vida)**
2. ¿Has tenido momentos en tu vida en los que hayas experimentado felicidad?
¿Cuáles? **(Sub-categoría visualización de la felicidad)**
3. ¿Cuáles son los aspectos que consideras integran a la felicidad? **(Sub-categoría visualización de la felicidad)**
4. ¿Qué aspectos tienes actualmente en tu vida que contribuyen a tu felicidad? **(Sub-categoría calidad de vida)**
5. ¿Qué aspectos tienes actualmente en tu vida que complejizan la consecución de la felicidad? **(Sub-categoría visualización de la felicidad)**
6. ¿Cuáles consideras que son los beneficios de experimentar felicidad? **(Sub-categoría visualización de la felicidad)**
7. ¿Qué factores consideras intervienen en la consecución de la felicidad? **(Sub-categoría visualización de la felicidad)**
8. ¿Qué factores consideras que dificultan la consecución de la felicidad? **(Sub-categoría visualización de la felicidad)**
9. ¿Qué consideras que haces para modificar aquellos aspectos que te dificultan la felicidad? **(Sub-categoría visualización de la felicidad)**
10. ¿Qué estrategias sueles desarrollar para acercarte a la felicidad? **(Sub-categoría calidad de vida)**
11. ¿Qué aspectos incluyes en tu vida para mantener y/o aumentar la felicidad en tu vida? **(Sub-categoría calidad de vida).**



ANEXO 2. CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: PERCEPCIÓN DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS RESPECTO A LA FELICIDAD EN LA UNIVERSIDAD DE CUENCA

Investigador(s) responsable(s): Parra Parra Miriam Patricia

Email(s): miriamparra2@hotmail.com

Entiendo que la presente información pretende informarme respecto a mis derechos como participante en este estudio y sobre las condiciones en que se realizará, para que el hecho de decidir formar parte de éste se base en conocer de manera clara el proceso y que me permita tomar dicha decisión con libertad.

En este momento he sido informado del objetivo general de la investigación que es: **identificar la percepción de la felicidad que tienen los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca**, de forma que no causarán daños físicos ni psicológicos. Además, que tengo derecho a conocer todo lo relacionado con la investigación que implique mi participación, cuyo proceso ha sido avalado y aprobado por profesionales competentes de la institución a la que pertenecen.

Entiendo que mi identificación en este estudio será de carácter anónimo, con absoluta confidencialidad en práctica de la ética profesional y que los datos recabados en ninguna forma podrían ser relacionados con mi persona, en tal sentido estoy en conocimiento de que el presente documento se almacenará por la persona responsable por el tiempo que se requiera.

He sido informado(a) de que mi participación en este estudio es completamente voluntaria y que consiste en responder un proceder metodológico cualitativo, ya sea de forma individual o junto a un grupo de personas, acordado conjuntamente, con vistas a proteger mi identidad, expresiones y mi comodidad, de modo que puedo decidir, en cualquier momento si así fuera, no contestar las preguntas si me siento incómodo(a) desde cualquier punto de vista. Esta libertad de participar o de retirarme, no involucra ningún tipo de sanción, ni tener que dar explicación y, que una eventual no participación o retiro no tendrá repercusión en alguna área de mi vida u otro contexto.

Además, entiendo que no percibiré beneficio económico por mi participación, será una participación que aportará, potencialmente, a aumentar el conocimiento científico de la academia.

Al firmar este documento, autorizo a que la investigadora autora de este estudio, así como auditores del mismo tendrá acceso a la información. Consiento, además, que se realicen registros en otros tipos de soporte audiovisual, antes, durante y después de la intervención, para facilitar el avance del conocimiento científico, si fuera necesario. La información que se derive de este estudio podrá ser utilizada en publicaciones, presentaciones en eventos científicos y en futuras investigaciones, en todos los casos será resguardada la identidad de los participantes.

Firma y fecha del participante: _____

No. De cédula: _____

Firma y fecha de la investigadora: _____



ANEXO 3. Figura 1

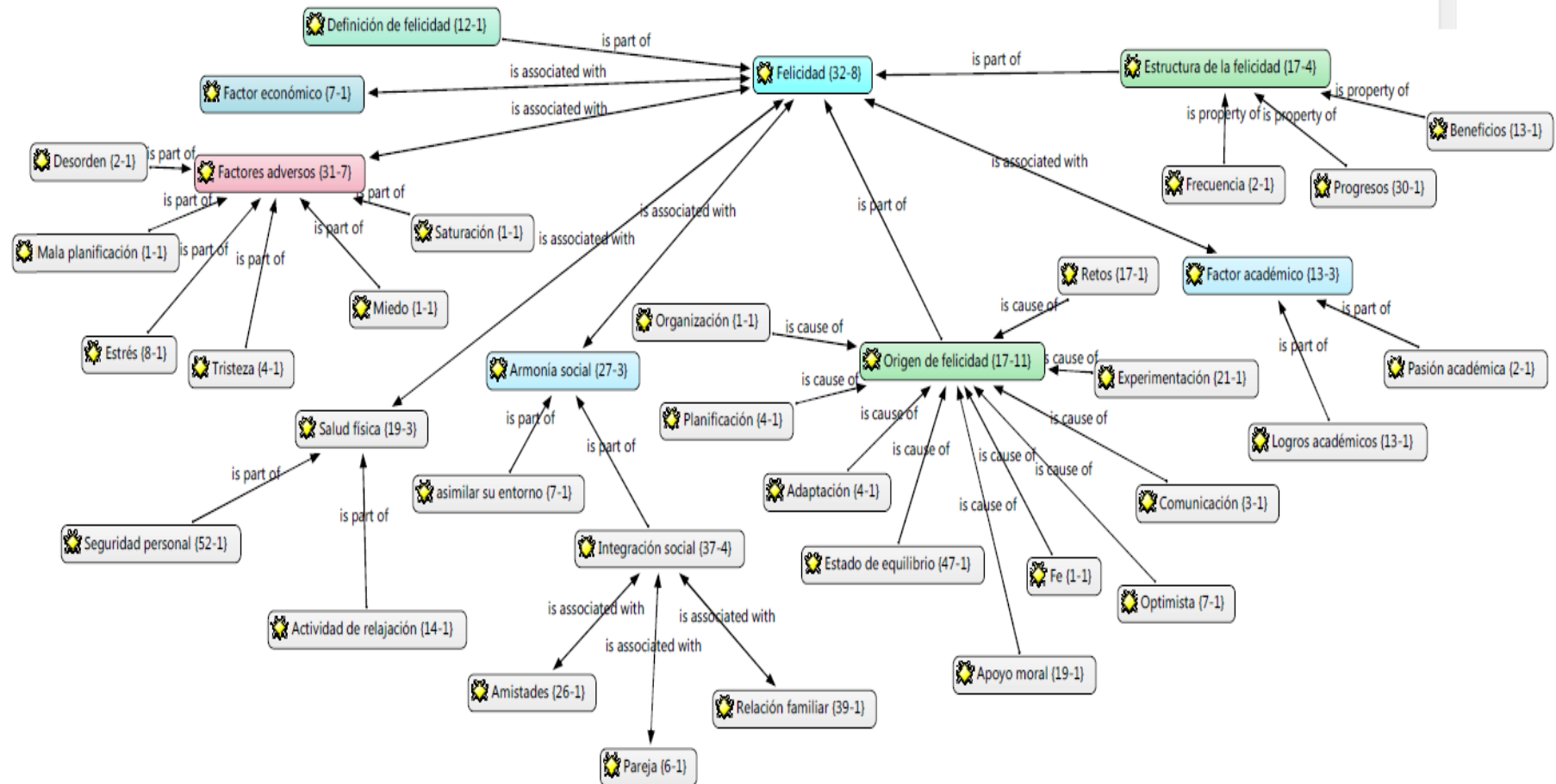


Figura 1. Elaboración personal, Parra 2018. Muestra el diagrama de las categorías emergentes obtenidas de las entrevistas a los participantes.